国保の特定健診 現状と結果報告

健康づくり声かけ隊長 古江掛増代

恐ろしい生活習慣病

生活習慣病の多くは、目立った自覚症状がないまま静かに体をむしばみ、偏食、運動不足、喫煙、ストレスなど、日常の生活が発症や進行に深く関わっています。

特定健診は、生活習慣病のもとである肥満・高血糖・高血圧を早期に発見し、生活習慣を改善することを目的としています。これらを放置すると、脳卒中や心筋梗塞など、重大な病気を引き起こす原因になります。

年に1回健康チェック

特定健診には、医療機関で行う個別健診と市が行う集団健診があり、平成29年3月31日まで受診できます。

特定健診は毎年受診し、数値がどの位置にあるか、昨年と比較して悪化してないかなど、確認することが大切です。また、治療の一環で定期検査を受けていても、特定健診の検査は目的が異なります。必ずしも、特定健診の検査項目を全て満たしている訳ではありませんので、1年に1回は特定健診を受診しましょう。

◆個別健診

個別健診受診希望の方は、医療機関に事前に申し込んでください。人間ドックを受診する際にも助成の対象となる場合があります。詳細はお問い合わせください。

【申込先】市民保険課 ☎53・3115

◆集団健診

今年度の集団健診は、あと8回の受診機会があります。希望する方は、受診日の1週間前までに健康介護支援課までご連絡ください。

【問い合わせ先】健康介護支援課 ☎52・9282

受診率43・7% 昨年度比0.2%増

平成27年度は、個別訪問や電話による受診勧奨、受診券の有効期限延長などの結果、受診率が43・7%（推計値）に向上しました。

香美市の特定健診受診者数・受診率の推移

	受診者数	受診率
22年度	2,117人	35.6%
23年度	2,220人	37.7%
24年度	2,400人	41.4%
25年度	2,466人	42.7%
26年度	2,469人	43.5%
27年度	2,428人	43.7%

※27年度は推計値

健診結果説明会

国保の特定健診を受診した方（年度末年齢74歳までの方）を対象に、健診結果説明会を開催します。これは、健診結果を理解し生活改善を促すために実施するものです。対象者には案内文書を送付しますので、ぜひご参加ください。

◆内容

- 生活習慣病と検査数値
- 食事のはなし
- 運動のはなし&実技

実施日	会場
10月 4日(火)	奥物部ふれあいプラザ
12月 1日(木)	中央公民館
12月 7日(水)	保健福祉センター香北
12月13日(火)	中央公民館
3月 7日(火)	保健福祉センター香北
3月14日(火)	中央公民館

※開催時間は10時～11時30分

【問い合わせ先】市民保険課保険班 ☎53・3115

集団健診の日程はこちら

実施日	健診場所
10月 6日(木)	片地地区多目的集会所
10月11日(火)	保健福祉センター香北
10月12日(水)	保健福祉センター香北
10月18日(火)	プラザ八王子
10月19日(水)	繁藤地区コミュニティセンター
	農山村コミュニティセンター（香長小隣）
10月25日(火)	プラザ八王子
11月27日(日)	プラザ八王子

※集団健診の受付は9時から10時30分です。
ただし、片地地区多目的集会所は8時30分から10時30分、繁藤地区コミュニティセンターは9時から9時30分、農山村コミュニティセンターは13時から14時です。

後期高齢者のための 歯科健康診査が始まります

歯の健康は全身の健康の原点。
口の健康状態をチェックして歯を守ろう！

後期高齢者医療制度の被保険者の方を対象に、歯や歯肉の状態、口腔の清掃状態等をチェックし、誤嚥性肺炎等の口腔機能低下を予防するため、歯科健康診査を実施します。

皆さんの口の健康状態を知る良い機会となりますので、後期高齢者の特性に合わせた歯科健診をぜひ受診してみてください。

日本歯科医師会PRキャラクター よ防さん

後期高齢者の歯科健診 詳しい内容はこちら

■対象者

後期高齢者医療の被保険者の方

※ただし、長期入院中の方や施設等への入所者の方は対象外（長期入院患者や施設入所の方は、すでに健康状態を把握され、医師や施設管理者等の指導を受けていると考えられることから、歯科健診の対象から除いています）。

※平成27年度中に満75歳になった方（昭和15年4月1日～昭和16年3月31日生まれの方）には、受診券を9月末に送付しています。

それ以外の方は、申し込みにより受診券が発行され、健診を受けることができます。

■自己負担

無料　※治療が必要な場合は、別途費用がかかります。

■受診回数

実施期間内に1回

■受診方法

事前に受診を希望する登録歯科医院にご予約の上、受診してください。

■健診実施期間

平成28年10月1日（土）～平成29年2月28日（火）　※5ヵ月間

■持ち物

被保険者証・受診券・問診票・入れ歯・お薬手帳

■健診項目

歯の状態（歯の本数、義歯の状態など）、歯周組織の状態、咀嚼力の評価（かむ力）、かみ合わせの状態、口の中の衛生・清掃の状態（歯垢の付着状態、きれいに歯みがきができているかなど）、のみ込む機能の評価（だ液飲みこみテスト）、舌や唇の機能評価（うがいができるか）等

■実施機関

登録歯科医院（受診券に同封の実施機関一覧表に記載しています）

■健診結果

健診当日に、受診した歯科医院で結果説明を行います。

■その他

歯科健診は、実施期間内に1回のみ無料で受診できます。後日、重複受診が判明した場合は、費用を請求させていただきます。

また、健診結果は保健指導などに活用します。ご了承ください。

■問い合わせ先
市民保険課保険班
☎53−3115